



## Menus de la semaine 49

### APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



**lundi, 2 décembre 2024**

Menu

Salade verte

Stick de poisson pané (MSC Pacifique Nord), sauce fromage blanc aux herbes  
(blé, lactose, poisson, moutarde)  
Pommes de terre country  
Carottes en rondelles

Yogourt ananas (lactose)  
Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)

**mardi, 3 décembre 2024**

Menu

Salade coleslaw (moutarde, œuf, sulfites)

Ragoût de poulet (suisse) au curry  
(céleri, blé, lactose, moutarde)  
Cornettes (gluten, œuf)  
Gratin de poireaux  
(céleri, blé, lactose)

Banane  
Pain Pavé (Bio) (blé)

**mercredi, 4 décembre 2024**

Menu

Potage de légumes

Saucisse de veau (Suisse) jus aux oignons  
(céleri, blé)  
Quinoa pilaf (céleri, blé)  
Chou-fleur persillé

Fromage blanc (lactose)  
Pain Torsadé (blé, orge)

**jeudi, 5 décembre 2024**

Menu

Salade mée



Quiche au fromage  
(blé, œuf, lactose)  
Courge sautée

Pomme  
Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

**vendredi, 6 décembre 2024**

Menu

**Saint-Nicolas**

Velouté de céleri (céleri, blé, lactose)

Chili con carne de bœuf (Suisse)  
(céleri, blé)  
Riz



Mannele de la St Nicolas  
(blé, lactose, œuf)  
Pain Mi-Blanc (blé, orge)

Sauce French (moutarde, œuf)  
Sauce balsamique

**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**





**Menus de la semaine 49**  
**APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS**  
**VEGETARIEN**



**lundi, 2 décembre 2024**

Menu

Salade verte

Aiguillettes végétales de blé, épinards féta  
(céleri, blé, œuf, lactose)

Pommes de terre country  
Carottes en rondelles

Yogourt ananas (lactose)  
Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)

**mardi, 3 décembre 2024**

Menu

Salade coleslaw (moutarde, œuf, sulfites)

Ragoût de légumes et pois chiche au curry  
(céleri, blé, lactose, moutarde)

Cornettes (gluten, œuf)  
Gratin de poireaux  
(céleri, blé, lactose)

Banane  
Pain Pavé (Bio) (blé)

**mercredi, 4 décembre 2024**

Menu

Potage de légumes

3 Saucisse végétale  
(blé, soja)

Quinoa pilaf (céleri, blé)  
Chou-fleur persillé

Fromage blanc (lactose)  
Pain Torsade (blé, orge)

**jeudi, 5 décembre 2024**

Menu

Salade mêlée



Quiche au fromage  
(blé, œuf, lactose)  
Courge sautée

Pomme  
Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

**vendredi, 6 décembre 2024**

Menu

**Saint-Nicolas**

Velouté de céleri (céleri, blé, lactose)

Chili sin carne  
(céleri, blé)  
Riz



Mannele de la St Nicolas  
(blé, lactose, œuf)  
Pain Mi-Blanc (blé, orge)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce balsamique


**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**



## Menus de la semaine 49

Menus destinés aux enfants souffrant  
d'allergies ou d'intolérances alimentaires  
APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



lundi, 2 décembre 2024	
	Salade verte Dos de cabillaud (MSC Atl. Nord), sauce aux herbes ( <i>poisson</i> ) Pommes de terre country Carottes en rondelles Sojasun aux fruits ( <i>soja</i> )
mardi, 3 décembre 2024	
	Salade coleslaw Ragoût de poulet ( <i>Suisse</i> ) au curry ( <i>moutarde</i> ) Cornettes sans gluten Gratin de poireaux sans lactose ( <i>soja</i> ) Banane
mercredi, 4 décembre 2024	
	Potage de légumes Saucisse de veau ( <i>Suisse</i> ) jus aux oignons Quinoa pilaf Chou-fleur persillé Yogourt coco
jeudi, 5 décembre 2024	
	Salade mêlée Penne sans gluten, sauce napolitaine au tofu (Bio) ( <i>soja</i> ) Courge sautée Pomme
vendredi, 6 décembre 2024	
	Velouté de céleri ( <i>céleri</i> ) Chili con carne de bœuf ( <i>Suisse</i> ) Riz Muffin



## Menus de la semaine 50 APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



**lundi, 9 décembre 2024**

Menu

Salade de betterave

Tortellini à la viande (Suisse) <sup>1</sup>

(blé, œuf, lactose, épeautre)

Sauce tomate aux petits légumes (céleri, blé)

Fromage râpé (lactose)

Poire à croquer

Pain Pavé (Bio) (blé)

**mardi, 10 décembre 2024**

Menu

Salade mêlée

Aiguillettes de colin aux graines (MSC Pacifique) quartier de citron <sup>1</sup>

(blé, poisson)

Riz pilaf (céleri, blé)

Gratin d'épinards (céleri, blé, lactose)

Eclair vanille

(blé, œuf, soja, lactose)

Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

**mercredi, 11 décembre 2024**

Menu

Velouté de courge

(céleri, blé, lactose)

Ragoût de bœuf (Suisse) au paprika <sup>2</sup>

(céleri, blé)

Purée de pommes de terre (lactose)

Cubes de céleri persillés (céleri)

Compote

Pain Torsade (blé, orge)

**jeudi, 12 décembre 2024**

Menu

Soupe de légumes

(céleri, blé, lactose)

Haut de cuisse de poulet (Suisse), jus au thym <sup>3</sup> (céleri, blé)

Penne (blé, œuf)

Rosettes de brocolis

Yogourt framboise (lactose)

Pain Mi-Blanc (blé, orge)

**vendredi, 13 décembre 2024**

Menu

Carottes râpées



Pizza margherita (blé, lactose)

Salade verte

Clémentine

Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce balsamique

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes





**Menus de la semaine 50**  
**APEMS & REfectoire ECUBLENS**  
VEGETARIEN



**lundi, 9 décembre 2024**

Menu

Salade de betterave  
Tortellini ricotta épinards  
(blé, œuf, lactose)  
Sauce tomate aux petits légumes (céleri, blé)  
Fromage râpé (lactose)  
Poire à croquer  
Pain Pavé (Bio) (blé)

**mardi, 10 décembre 2024**

Menu

Salade mêlée  
Pané de blé, fromage et épinards  
(blé, lactose)  
Riz pilaf (céleri, blé)  
Gratin d'épinards (céleri, blé, lactose)  
Eclair vanille  
(blé, œuf, soja, lactose)  
Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

**mercredi, 11 décembre 2024**

Menu

Velouté de courge  
(céleri, blé, lactose)  
Ragoût végétal au paprika  
(céleri, blé, œuf)  
Purée de pommes de terre (lactose)  
Cubes de céleri persillés (céleri)  
Compote  
Pain Torsade (blé, orge)

**jeudi, 12 décembre 2024**

Menu

Soupe de légumes  
(céleri, blé, lactose)  
Falafel, jus au thym  
(céleri, blé)  
Penne (blé, œuf)  
Rosettes de brocolis  
Yogourt framboise (lactose)  
Pain Mi-Blanc (blé, orge)

**vendredi, 13 décembre 2024**

Menu



Carottes râpées  
Pizza margherita (blé, lactose)  
Salade verte  
Clémentine  
Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce balsamique


Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes



## Menus de la semaine 50

Menus destinés aux enfants souffrant  
d'allergies ou d'intolérances alimentaires  
APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



<b>lundi, 9 décembre 2024</b>
Salade de betterave Spaghetti sans gluten Sauce tomate aux petits légumes et émincé de dinde (France) Poire à croquer
<b>mardi, 10 décembre 2024</b>
Salade mêlée Dos de colin (MSC Pacifique) quartier de citron ( <i>poisson</i> ) Riz pilaf Gratin d'épinard sans lactose ( <i>soja</i> ) Muffin
<b>mercredi, 11 décembre 2024</b>
Velouté de courge Ragoût de bœuf (Suisse) au paprika Ecrasé de pommes de terre à l'huile d'olive Cubes de céleri persillés ( <i>céleri</i> ) Compote
<b>jeudi, 12 décembre 2024</b>
<i>Fête de l'Escalade</i> Soupe de l'escalade Cuisse de poulet sans os (Suisse) jus au thym Penne sans gluten Rosettes de brocolis Sojasun ( <i>soja</i> )
<b>vendredi, 13 décembre 2024</b>
 Carottes râpées Pizza aux légumes ( <i>sans gluten, sans lactose</i> ) Salade verte Clémentine



## Menus de la semaine 51

APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



lundi, 16 décembre 2024

Menu

Potage parmentier

Anneaux de calamars à la romaine (Pacifique), sauce tartare <sup>1</sup>  
(blé, œuf, moutarde, mollusques)

Purée de patate douce (lactose)  
Chou-fleur persillé

Pomme

Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

mardi, 17 décembre 2024

Menu

Salade verte



Spaghetti napolitaine aux légumes  
(céleri, blé, œuf)

Fromage râpé (lactose)

Yogourt vanille (lactose)

Pain Mi-Blanc (blé, orge)

mercredi, 18 décembre 2024

Menu

Potage aux carottes (céleri, blé, lactose)

Sauté de porc (Suisse) à la sauge <sup>2</sup>  
(céleri, blé, lactose, moutarde)

Riz créole

Gratin de courge (céleri, blé, lactose)

Clémentine

Pain Torsade (blé, orge)

jeudi, 19 décembre 2024

Menu

\* **Menu de Noël** \*

Salade mêlée avocat et crevettes sauce cocktail  
(crustacé, moutarde, œuf, poisson, sulfites)

Emincé de dinde (France) aux marrons <sup>3</sup>  
(céleri, blé, lactose, moutarde)

Gratin de pommes de terre (céleri, blé, lactose)

Haricots verts



Sapin de Noël

(blé, orge, œuf, lactose)

Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)

vendredi, 20 décembre 2024

Menu

Salade de chou chinois



Falafel, sauce froide au curcuma (lactose)

Semoule au bouillon (céleris, blé)

Duo de carottes

Banane

Pain Pavé (Bio) (blé)

Sauce French (moutarde, œuf)

Sauce balsamique

Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes





## Menus de la semaine 51 APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



**lundi, 16 décembre 2024**

Menu

Potage parmentier  
Anneaux de calamars à la romaine (Pacifique), sauce tartare <sup>1</sup>  
(blé, œuf, moutarde, mollusques)  
Purée de patate douce (lactose)  
Chou-fleur persillé  
Pomme  
Pain Paysan (blé, seigle, orge, lactose)

**mardi, 17 décembre 2024**

Menu



Salade verte  
Spaghetti napolitaine aux légumes  
(céleri, blé, œuf)  
Fromage râpé (lactose)  
Yogourt vanille (lactose)  
Pain Mi-Blanc (blé, orge)

**mercredi, 18 décembre 2024**

Menu

Potage aux carottes (céleri, blé, lactose)  
Sauté de porc (Suisse) à la sauge <sup>2</sup>  
(céleri, blé, lactose, moutarde)  
Riz créole  
Gratin de courge (céleri, blé, lactose)  
Clémentine  
Pain Torsade (blé, orge)

**jeudi, 19 décembre 2024**

Menu

\* **Menu de Noël** \*

Salade mêlée avocat et crevettes sauce cocktail  
(crustacé, moutarde, œuf, poisson, sulfites)  
Emincé de dinde (France) aux marrons <sup>3</sup>  
(céleri, blé, lactose, moutarde)  
Gratin de pommes de terre (céleri, blé, lactose)  
Haricots verts  
Sapin de Noël  
(blé, orge, œuf, lactose)  
Pain Bis Noir (blé, seigle, orge)



**vendredi, 20 décembre 2024**

Menu

Salade de chou chinois  
Boulettes de volaille (Suisse), sauce froide au curcuma (blé, lactose)  
Semoule au bouillon  
(céleri, blé)  
Duo de carottes  
Banane  
Pain Pavé (Bio) (blé)

Sauce French (moutarde, œuf)  
Sauce balsamique

**Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes**









**Menus de la semaine 51**  
**APEMS & REPECTOIRE ECUBLENS**  
**VEGETARIEN**



lundi, 16 décembre 2024	
Menu	
Potage parmentier	
Tofu crispy cornflakes, sauce tartare <i>(orge, blé, soja, moutarde, œuf, sulfites)</i>	
Purée de patate douce <i>(lactose)</i>	
Chou-fleur persillé	
Pomme	
Pain Paysan <i>(blé, seigle, orge, lactose)</i>	
mardi, 17 décembre 2024	
Menu	
Salade verte	
	Spaghetti napolitaine aux légumes <i>(céleri, blé, œuf)</i>
Fromage râpé <i>(lactose)</i>	
Yogourt vanille <i>(lactose)</i>	
Pain Mi-Blanc <i>(blé, orge)</i>	
mercredi, 18 décembre 2024	
Menu	
Potage aux carottes <i>(céleri, blé, lactose)</i>	
Omelette <i>(œuf, lactose)</i>	
Riz créole	
Gratin de courge <i>(céleri, blé, lactose)</i>	
Clémentine	
Pain Torsade <i>(blé, orge)</i>	
jeudi, 19 décembre 2024	
Menu	
<b>* Menu de Noël *</b>	
Salade mêlée avocat et crevettes sauce cocktail <i>(crustacé, moutarde, œuf, poisson, sulfites)</i>	
Emincé végétal aux marrons <i>(céleri, blé, lactose, moutarde, œuf, soja)</i>	
Gratin de pommes de terre <i>(céleri, blé, lactose)</i>	
Haricots verts	
Sapin de Noël <i>(blé, orge, œuf, lactose)</i>	
Pain Bis Noir <i>(blé, seigle, orge)</i>	
	
vendredi, 20 décembre 2024	
Menu	
Salade de chou chinois	
Falafel, sauce froide au curcuma <i>(lactose)</i>	
Semoule au bouillon <i>(céleris, blé)</i>	
Duo de carottes	
Banane	
Pain Pavé (Bio) <i>(blé)</i>	

Sauce French *(moutarde, œuf)*

Sauce maison *(moutarde, œuf)*

Sauce balsamique



Nos repas peuvent contenir des traces d'allergènes



## Menus de la semaine 51

Menus destinés aux enfants souffrant  
d'allergies ou d'intolérances alimentaires  
APEMS & REFECTOIRE ECUBLENS



lundi, 16 décembre 2024	
	Potage parmentier Dos de cabillaud (MSC Atl. Nord), sauce aneth ( <i>poisson</i> ) Purée de patate douce ( <i>soja</i> ) Chou-fleur persillé Pomme
mardi, 17 décembre 2024	
	Salade verte Spaghetti sans gluten, sauce napolitaine aux légumes Sojasun vanille ( <i>soja</i> )
mercredi, 18 décembre 2024	
	Potage aux carottes Sauté de porc (Suisse) à la sauge Riz créole Gratin de courge sans lactose ( <i>soja</i> ) Clémentine
jeudi, 19 décembre 2024	
	* <b>Menu de Noël</b> * Salade mêlée, avocat et maïs Emincé de dinde (France) aux marrons Gratin de pommes de terre sans lactose ( <i>soja</i> ) Haricots verts Gâteau de Noël
vendredi, 20 décembre 2024	
	Salade de chou chinois Boulettes de volaille (Suisse) maison, sauce froide au curcuma Quinoa au bouillon Duo de carottes Banane